



les recettes de la semaine 49

QUICHE AU CHOU FRISE ET AU JAMBON

Préparation : 30 min

Cuisson : 40 min

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 pâte brisée de 250 g
- 1 coeur de chou vert, frisé
- 3 ou 4 tranches de jambon cru
- 10 g de beurre
- 4 beaux oeufs
- 20 cl de crème double
- 20 cl de lait
- 1 pincée de noix muscade
- sel et poivre

Préparation :

Préchauffer votre four à 210°C (thermostat 7).

Nettoyer et effeuiller le chou, puis le plonger 10 min dans de l'eau bouillante salée. Rincer et rafraîchir les feuilles sous l'eau froide, les égoutter puis les sécher dans un linge propre.

Détailler le jambon en fines lanières puis lui ôter le surplus de gras.

Dans un saladier, battre les oeufs avec la crème, le lait, la noix de muscade, le sel et le poivre.

Etaler la pâte brisée dans un moule à tarte beurré. Le tapisser de feuilles de chou, puis de lanières de jambon.

Verser ensuite la préparation fouettée aux oeufs sur le tout et enfourner à four chaud pendant 15 min à 210°C (thermostat 7). Puis, baisser la température du four à 180°C (thermostat 6) et poursuivre la cuisson pendant encore 15 min.

Déguster bien chaud ou tiède.



GATEAU POMMES KIWI

Préparation: 15 min

Cuisson: 30 min

Ingrédients (pour 8 personnes):

- 100 g de sucre - 1 sachet de sucre vanillé
- 3 œufs - 1/2 sachet de levure
- 125 g de farine - 1/2 verre d'huile
- 2 pommes - 2 kiwis

Préparation:

Préchauffer votre four à 180°, thermostat 6.

Mélanger les oeufs avec les sucres. Ajouter la farine et la levure, bien mélanger, puis mettre l'huile.

Eplucher et couper les fruits en petits morceaux et les mettre dans la pâte.

Beurrer un moule à manqué et verser la préparation.

Laisser cuire environ 30 min, voire plus, tout dépend des fours.

